

تم تحميل وعرض المادة من

موقع منهجي

mnhaji.com



حمل تطبيق منهجي ليصلك كل جديد



EXPLORE IT ON
AppGallery

GET IT ON
Google Play

Download on the
App Store



توزيع المنهج للفصل الدراسي الثاني - للعام 1447هـ

الفصل الدراسي الثاني ٤٤٧ هـ			توزيع منهج مادة التربية الصحية والبدنية ٢			الأسبوع الأول			الصف: الثالث الثانوي					
الأسبوع الرابع		تاريخ	الأسبوع الثالث		تاريخ	الأسبوع الثاني		تاريخ	اليوم					
الريشة الطائرة: المضادات الأسماسية: (الأمامية، الخلفية، مسكة الإيمام، المقوسه، الساحقة)	٨/٢٠	الريشة الطائرة: المضادات الأسماسية: (الأمامية، الخلفية، مسكة الإيمام، المقوسه، الساحقة)	٨/١٣	كرة اليد: التقطيط: (باليدين من الوقوف، والمشي، والجري)، (العالي، والمنخفض)	٨/٠٦	اللياقة البدنية والصحية: قياس مستوى عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة	٧/٢٩	الأحد						
الريشة الطائرة: ممارسة نشاط تنافسي بالنظام الفردي	٨/٢١	الريشة الطائرة: حرفة القديمة: (الطعن، الرحلقة، قفزة المقص)	٨/١٤	كرة اليد: التصويب من مستوى: (الخوض، الكتف، فوق الرأس)، (السلمية من المشي، من الجري)	٨/٠٧	اللياقة البدنية والصحية: قياس مستوى عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالأداء	٧/٣٠	الإثنين						
الريشة الطائرة: ممارسة نشاط تنافسي بالنظام الزوجي	٨/٢٢	الريشة الطائرة: الإرسال: (الأمامي المنخفض والعالي)	٨/١٥	كرة اليد: التصويب من مستوى: (الخوض، الكتف، فوق الرأس)، (السلمية من المشي، من الجري)	٨/٠٨	اللياقة البدنية والصحية: قياس مستوى عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالأداء	٨/٠١	الثلاثاء						
الريشة الطائرة: ممارسة نشاط تنافسي بالنظام الزوجي	٨/٢٣	الريشة الطائرة: الضربة الأمامية: (الساقطة، المقوسه، الساحقة)	٨/١٦	كرة اليد: ممارسة نشاط تنافسي	٨/٠٩	كرة اليد: التغير من مستوى: (الركبة، الخوض، الكتف، الرأس، فوق الرأس، البنودالية)	٨/٠٢	الأربعاء						
	٨/٢٤		٨/١٧		٨/١٠		٨/٠٣	الخميس						
إجازة عيد الفطر		تاريخ	الأسبوع السابع		تاريخ	الأسبوع السادس		تاريخ	اليوم					
			كرة المضرب (التنس): ممارسة نشاط تنافسي بالنظام الفردي		٩/١٢	إجازة يوم التأسيس		٩/٠٥	الأحد					
			كرة المضرب (التنس): ممارسة نشاط تنافسي بالنظام الفردي		٩/١٣	كرة الطائرة: ممارسة نشاط تنافسي		٩/٠٦	الإثنين					
			كرة المضرب (التنس): ممارسة نشاط تنافسي بالنظام الزوجي		٩/١٤	كرة المضرب (التنس): وقفه الاستعداد والممسكات الأساسية: (الشمالي، القبقي، القبقي) - الإرسال: (مستقيم من أعلى، من العاتق، من تحت الذراع)		٩/٠٧	الثلاثاء					
			كرة المضرب (التنس): ممارسة نشاط تنافسي بالنظام الزوجي		٩/١٥	كرة المضرب (التنس): الضربة الأمامية: (بوجه المضرب، الساحقة، العطارة المسقطة، العطارة العالية، صاف الطائر)، الضربة الخلفية: (الطارة، نصف الطارة)		٩/٠٨	الأربعاء					
					٩/١٦			٩/٠٩	الخميس					
الأسبوع الحادي عشر			الأسبوع العاشر		الأسبوع التاسع			اليوم						
			كرة السلة: ممارسة نشاط تنافسي		كرة المضرب (التنس): ممارسة نشاط تنافسي بالنظام الزوجي			الأحد						
			كرة الطاولة: وقفه الاستعداد والممسكات الأساسية: (الصادفة، القلم)		كرة السلة: التبرير من أسلف، المرتد، الطويلة			الإثنين						
			كرة الطاولة: الإرسال: (بوجه المضرب الأمامي، بوجه المضرب الخلفي، القاطع)، (الطبارة، نصف الطارة، الساقطة)		كرة السلة: التبرير باليدين من: (أسفل، المترددة)			الثلاثاء						
			كرة الطاولة: الضربة الأمامية: (بوجه المضرب الأمامي، بوجه المضرب الخلفي، القاطع)، (الطبارة، نصف الطارة، الساقطة)		كرة السلة: التبرير باليدين من: (أسفل، المترددة)			الأربعاء						
			كرة القدم: ضرب الكرة بالرأس: (من الثبات، من الوثب)		كرة الطاولة: الضربة الخلفية: (الرافعة، الساقطة)			الخميس						
الأسبوع الخامس عشر			الأسبوع الرابع عشر		الأسبوع الثالث عشر			اليوم						
			كرة القدم: الجري بالكرة: (بوجه القدم الخارجي، بوجه القدم الداخلي، الجري المتعرج بالكرة)		كرة الطاولة: ممارسة نشاط تنافسي زوجي			الأحد						
			كرة القدم: كتم الكرة واستلهامها: (بباطن القدم، بوجه القدم الداخلي، بوجه القدم الخارجي، بالصدر)		كرة الطاولة: ممارسة نشاط تنافسي زوجي			الإثنين						
			كرة القدم: التصويب: (بوجه القدم الداخلي، بوجه القدم الخارجي)		كرة القدم: ركل الكرة: التبرير والتتصويب: (بوجه القدم الداخلي، بوجه القدم الخارجي، بباطن القدم)			الثلاثاء						
			كرة القدم: ممارسة نشاط تنافسي		كرة الطاولة: ممارسة نشاط تنافسي فردي			الأربعاء						
			كرة القدم: ضرب الكرة بالرأس: (من الثبات، من الوثب)		كرة الطاولة: ممارسة نشاط تنافسي فردي			الخميس						
الأسبوع التاسع عشر			الأسبوع الثامن عشر		الأسبوع السابع عشر			اليوم						
			كرة القدم: ممارسة نشاط تنافسي		إجازة عيد الأضحى			الأحد						
			كرة القدم: ممارسة نشاط تنافسي		من: ١٤٤٧/١٢/٥ إلى: ١٤٤٧/١٢/١٥			الإثنين						
			كرة القدم: ممارسة نشاط تنافسي		كرة القدم: قياس مستوى عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة			الثلاثاء						
			كرة القدم: ممارسة نشاط تنافسي		كرة القدم: قياس مستوى عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالأداء			الأربعاء						
			كرة القدم: ضرب الكرة بالرأس: (من الثبات، من الوثب)		كرة القدم: ضرب الكرة بالراس: (من الثبات، من الوثب)			الخميس						
الاختبارات النهائية والبرامج العلاجية			مراجعة عامة		إجازة عيد الأضحى			اليوم						

تاریخ مہما

٧٢٩	بداية الدراسة للفصل الدراسي الثاني	٠٩/١٧	بداية إجازة عيد الفطر	١٢/٥	بداية إجازة عيد الأضحى	٠١/٦	اختبارات نهاية الفصل الدراسي الثاني
٩٠٥	إجازة يوم التأسيس	١٠/٠٩	نهاية إجازة عيد الفطر	١٢/١٥	نهاية إجازة عيد الأضحى	٠١/١٠	بداية إجازة نهاية العام الدراسي ١٤٤٧
	مهمة	١٤٤٨	بداية الدراسة بعد إجازة عيد الفطر	١٢/١٦	بداية الدراسة بعد إجازة عيد الفطر	٠٣/١٠	بداية الدراسة للعام ١٤٤٨ هـ

توزيع المنهج للفصل الدراسي الثاني - للعام 1447هـ